



دانشگاه علوم پزشکی قزوین

دانشکده پرستاری و مامایی

پایان نامه برای دریافت درجه

کارشناسی ارشد رشته پرستاری مراقبت‌های ویژه

عنوان پایان نامه

بررسی تاثیرانجام تمرین تنفس عمیق بر کیفیت خواب بیماران تحت پیوند عروق کرونر قلب در مرکز

آموزشی درمانی بوعلی سینا قزوین ۱۳۹۴

استاد راهنما :

سرکارخانم اعظم قربانی

اساتید مشاور:

جناب آقای محمد رضا شیخی

جناب آقای دکتر اصغر محمدپوراصل

نگارنده:

فاطمه حاجی زاده

ماه و سال انتشار

دی ۱۳۹۴

به نام او...

سپاس و ستایش خداوندی را سزااست که در دست هایمان بذر داشتن را رویانده و دیده را به نور دانستن و معرفت روشن گرداند تا مرحله‌ای دیگر از مراحل علمی را پشت سر گذارم و به اندوخته‌ی علمی خود بیافزایم.

از استاد فرزانه‌ام سرکار خانم اعظم قربانی با خاطر هدایت عالمانه و نظارت صبورانه‌شان که در بهایت علم و اخلاق در مراحل مختلف این پژوهش یاری گرم بودند، قدردانی می‌نمایم.

مراتب تقدیر و تشکر خود را از اساتید مشاورجناب آقای محمد رضا شیخی و جناب آقای دکتر اصغر محمدپوراصل که مدیون راهنمایی هایشان می‌باشم اعلام می‌دارم. از کلیه اساتید گرانقدر گروه پرستاری که در دوران تحصیل از محضرشان کسب فیض نمودم تشکر می‌نمایم.

از کمک‌های بی‌دریغ تمامی همکاران بخش آی سی یو جراحی قلب و پست آی سی یو بیمارستان بوعلی سینا تشکر می‌نمایم. از تمامی کسانی که روزهای زندگی‌م در کنارشان سپری شد، از بدی‌هایم گذشتند و از تلخی‌هایم با صبر و بردباری چشم پوشیدند و دعاهای صادقانه و پندهای امیدوارانه‌شان در روزهای سخت، دلگرم کننده وجود خسته‌ام بود، بی‌نهایت قدردانم و می‌گویم که دوستان دارم.

گرچه یادها فراموش کنند خاطره‌ها، تو فراموش نکن آنچه میان من و توست....

فاطمه حاجی زاده

## چکیده

زمینه و هدف: اختلالات خواب از شایع ترین عوارض بعد از عمل پیوند عروق کرونر می باشد و نقش مهمی در بروز ناتوانی و مرگومیر بیماران دارد. تحقیق حاضر با هدف تعیین تأثیر تمرین تنفس عمیق بر کیفیت خواب بیماران بعد از عمل جراحی پیوند عروق کرونر انجام شده است.

## مواد و روشها:

این مطالعه نیمه تجربی بر روی ۶۴ بیمار تحت جراحی بای پاس عروق کرونر بستری در بیمارستان بوعلی سینا قزوین بر اساس معیارهای ورود با نمونه گیری دردسترس انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه مداخله و شاهد قرار گرفته بودند انجام شد. بیماران گروه مداخله سه روز متوالی، تمرین تنفس عمیق را هر سه ساعت ۵ مرتبه سه روز بعد از عمل انجام داده و بیماران گروه شاهد تنها مراقبت های روتین را دریافت کردند، قبل از عمل و بعد از انجام مداخله پرسشنامه خواب بیمارستانی برای بررسی کیفیت خواب شب گذشته نمونه ها، در هر دو گروه آزمودنی تکمیل گردید. داده های جمع آوری شده با استفاده از نرم افزار SPSS۲۲ و آزمون های آماری آزمون t و تی زوجی مورد بررسی قرار گرفت.

## یافته ها:

نتایج نشان داد میانگین نمرات کیفیت خواب قبل از مداخله در گروه مداخله و شاهد به ترتیب  $19.47 \pm 2.68$  و  $18.22 \pm 3.81$  بود که تفاوت آماری معنی داری رانشان نمی داد. پس از مداخله، میانگین نمرات کیفیت خواب در گروه مداخله و شاهد به ترتیب  $19.5 \pm 3.60$  و  $14.97 \pm 4.73$  بود که تفاوتی معنادار را نشان داد ( $P < 0/001$ ).

## نتیجه گیری :

استفاده از تمرین تنفس عمیق باعث بهبود کیفیت خواب بعد از عمل بیماران تحت جراحی پیوند عروق کرونر می شود. با توجه به سادگی و کم هزینه بودن این روش، شاید بتوان این روش را به عنوان مکمل مناسبی برای دارودرمانی و مداخلات بعد از عمل در این بیماران مورد استفاده قرارداد.

**کلید واژه ها :** تمرینات تنفسی، خواب، جراحی عروق کرونر

## فهرست مطالب:

صفحه

عنوان

### فصل اول

۲	زمینه پژوهش
۸	اهداف پژوهش
۹	فرضیه پژوهش
۹	تعریف واژه ها

### فصل دوم

۱۲	چارچوب پژوهش
۱۸	مروری بر متون

### فصل سوم

۲۶	نوع پژوهش
۲۶	جامعه پژوهش
۲۶	نمونه پژوهش
۲۶	روش نمونه گیری
۲۷	معیار های ورود
۲۸	معیار های خروج
۲۸	ابزار گردآوری داده ها
۳۰	روش کار
۳۳	تجزیه و تحلیل داده ها
۳۳	محدودیت ها
۳۴	ملاحظات اخلاقی

## فصل چهارم

یافته ها..... ۳۶

## فصل پنجم

تفسیر یافته های اختصاصی ..... ۶۰

بحث..... ۶۱

نتیجه گیری..... ۶۴

پیشنهادات برای پژوهش های آینده ..... ۶۵

منابع..... ۶۶

چکیده انگلیسی..... ۸۴

## پیوست ها

پرسشنامه مشخصات زمینه ای..... ۷۲

پرسشنامه آپنه خواب برلین..... ۷۴

پرسشنامه خواب بیمارستانی (SMHSQ)..... ۷۵

فرم ثبت روزانه انجام تمرینات تنفسی عمیق..... ۷۹

پمفلت آموزشی ..... ۸۰

برگه اطلاع رسانی ..... ۸۱

برگه رضایت نامه ..... ۸۲